info@baptev.de

BAPt e.V.
Berufsverband Akademischer PsychotherapeutInnen e.V.
www.baptev.de

SOMATIC EXPERIENCING (SE)®
TRAUMA-BEWÄLTIGUNG

3-jährige Fortbildung
„Hoher Norden 12“ in Somatic Experiencing (SE)®
zur Bewältigung von Trauma nach Dr. Peter Levine

Referentin: Marinka Gattnar| 2027 bis 2029 in Krummendeich

SE ist eine psychophysiologische Methode zur Überwindung von posttraumatischen Störungen und zur Befreiung der darin gebundenen Lebensenergien.

Menschliche Reaktionen auf Bedrohung sind primär instinktiv und biologisch und erst sekundär psychisch und kognitiv. Sie beinhalten drei angeborene Überlebensstrategien: Flucht, Kampf und Tot-Stell-Reflex (Immobilität). Diese drei Reaktionen sind allen Säugetieren gemeinsam. Was geschieht, wenn wir uns bedroht fühlen? Wir orientieren uns und versuchen die Gefahr einzuschätzen. Erleben wir eine Situation als bedrohlich, mobilisieren wir all unsere Energien für Flucht oder Kampf. Wenn wir damit erfolgreich sind, findet der Organismus auf natürliche Weise wieder sein Gleichgewicht. Ist ein Ereignis jedoch so überwältigend, dass wir nicht kämpfen oder fliehen können, werden diese Reflexe zwar initiiert, kommen aber nicht zur Ausführung. Als letzte Strategie bleibt uns nur der Tot-Stell-Reflex. Hält diese Immobilität zu lange an, kann sich die enorme ‚eingefrorene‘ Energie nicht entladen; die hohe Aktivierung im Nervensystem bleibt bestehen. In der Folge, oft erst nach Jahren, bilden sich Symptome, die schwerwiegend und auch chronisch werden können.

Trauma ist die biologisch unvollständige Antwort des Körpers auf eine als lebensbedrohlich erfahrene Situation.

Die Ursachen von Trauma können Ereignisse sein, die fast immer für jeden traumatisierend sind: z.B. Krieg, schwerer Missbrauch, Gewalt, Unfälle, schwere Verletzungen und Krankheiten, Operationen, Verlust eines nahen Menschen, Naturkatastrophen u.a.. Jedoch auch scheinbar alltägliche, oft unerwartete Ereignisse, können unter bestimmten Umständen traumatisierend sein: Stürze und sog. kleinere Verletzungen, Unfälle, invasive medizinische und zahnmedizinische Behandlungen, Vergiftung u.a.. Die Verletzlichkeit ist auch abhängig von eigenen Ressourcen, körperlicher Konstitution, Familiendynamik, Lebensumständen und Alter. So können für ein kleines Kind schon die Geburt, mangelnde Bindung, allein gelassen werden, plötzliche laute Geräusche, große Hitze oder Kälte und längere Ruhigstellung traumatisierend sein.

Trauma selbst ist keine Krankheit, kann aber Symptome verursachen, z.B.: Übererregbarkeit, Ängste, Panik, existenzielle Hilflosigkeit und Verzweiflung, Verleugnung, Überaktivität, Depressionen, tiefgreifende Gefühle von Entfremdung, Dissoziation, Bindungsunfähigkeit, Überempfindlichkeit, Schlaflosigkeit, Erschöpfung, chronische Schmerzen, Fibromyalgie, Migräne, Nacken- und Rückenbeschwerden, Probleme mit dem Immunsystem und dem Endokrinum (z.B. Schilddrüsenfehlfunktionen) u.v.m.. Trauma kann jede Ebene unseres Lebens beeinträchtigen oder stören – körperlich, seelisch, geistig und sozial.

Heilung von Trauma geschieht durch die schrittweise Entladung der immensen Überlebensenergie, die noch in der Immobilitätsreaktion gebunden ist. Im Somatic Experiencing (SE)® "verhandeln" wir das Trauma neu. Dazu ist es nicht nötig, das traumatische Geschehen nochmals kathartisch zu durchleben.

Es ist sogar möglich ohne Inhalt oder Erinnerung zu arbeiten. Dies kann sinnvoll sein, vor allem, wenn das Ereignis emotional noch zu belastend ist. Wesentliche Elemente im Heilungsprozess sind: Erdung, Zentrierung, Ressourcenbildung und das Nachspüren (‚Tracking') der Körperempfindungen, Gefühle, Verhaltensweisen, Gedanken, Bilder und Bewegungen. Zunächst werden mit der/dem Klient:in jene Ressourcen entwickelt, die während der ursprünglichen Situation fehlten oder zu schwach waren.
Auf dieser gestärkten Basis erfolgt dann die Annäherung an das traumatische Ereignis.

Im ‚Pendeln' zwischen den Ressourcen und der überwältigenden Erfahrung wird die "eingefrorene" Überlebensenergie "aufgetaut". Ein Schlüssel dabei ist die sogenannte ‚Titration': Die Veränderung soll bewusst in kleinen Schritten erfolgen, damit das System diese auch wirklich integrieren kann. Die unvollständige Überlebensreaktion kommt dadurch zum natürlichen Abschluss und somit auch die Trauma-Symptomatik.

Somatic Experiencing (SE)® ist ein kraftvolles Instrument zur Transformation von Trauma und ermöglicht die Integration alter Verletzungen in die individuelle Lebensgeschichte.

Zur Fortbildungsstruktur:

Die 3-jährige Weiterbildung richtet sich an Menschen, die mit akut und chronisch Traumatisierten arbeiten wie Psychotherapeut:innen, Ärzt:innen (auch Zahnärzt:innen), Heilpraktiker:innen, Körpertherapeut:innenen, Mitarbeiter:innnen von Beratungsstellen und aus dem Rettungswesen mit mehrjähriger Berufserfahrung und andere.

Voraussetzung für die Teilnahme an der Fortbildung ist die Teilnahme an einer Einführungsveranstaltung (Intro) in Somatic Experiencing (SE)®. Die Trainerin des Intros kann zur Bedingung machen, dass 2 SE-Einzelsitzungen vor Beginn der Fortbildung absolviert werden müssen oder sie kann die Empfehlung geben, die Fortbildung zu einem späteren Zeitpunkt zu beginnen.

Die Fortbildung läuft über 3 Jahre und umfasst 6 Kurse (2 Kurse pro Jahr) à 6 Tage mit insgesamt 219 Zeitstunden (entspricht 292 Unterrichtseinheiten). Hinzu kommen Selbsterfahrung (mindestens 20 SE-Einzelsitzungen) und Supervision (mindestens 20 Stunden), die möglichst gleichmäßig auf die Fortbildung verteilt werden sollen. Der Lernprozess wird unterstützt durch zu bildende Peergruppen, in denen Fortbildungsinhalte zwischen den Seminaren regelmäßig geübt und vertieft werden sollen.
In einzelnen Fällen kann die Trainerin Teilnehmer:innen über die o.g. Minimalanforderungen hinaus auffordern zusätzliche Einzelsitzungen und Supervisionen zu nehmen, um das Abschlusszertifikat zu erhalten. Dies tritt ein, wenn sich während der Ausbildung zeigt, dass der Standard in den Übungen noch nicht erreicht ist und/oder Ausbildungsinhalte nicht genügend verstanden sind. Dies gilt auch, wenn ein:e Teilnehmer:in in Hinblick auf die Arbeit mit traumatisierten Menschen noch mehr der persönlichen Festigung bedarf. Unter Umständen kann er/sie von der Ausbildung zurückgestellt werden, bis er/sie die nötige Unterstützung/ Begleitung erhalten hat.

Nach Abschluss der Fortbildung und Erfüllung der erforderlichen Selbsterfahrungs- und Supervisionsstunden erfolgt die Zertifizierung durch den Europäischen SE-Fachverband „European Association for Somatic Experiencing" (EASE) zum „SE Practitioner" Danach darf SE nur im jeweiligen beruflichen Rahmen und innerhalb der für die jeweilige Berufsgruppe gültigen staatlichen Vorschriften ausgeübt werden.

Kurssprache ist Deutsch.

Unterrichtsinhalte des 3-jährigen Trainings in Somatic Experiencing (SE)®

Die Fortbildung gliedert sich in 3 Ausbildungsjahre (Beginner, Intermediate und Advanced) mit je 2 sechstägigen Fortbildungsblöcken

1. Ausbildungsjahr (Beginner I/II und II/III)

- Grundlegende Begriffe des SE; Funktionen des Nervensystems; Erkennen von Signalen und Zeichen in Körper und Nervensystem
- Vermittlung grundlegender SE-Techniken (den inneren Vortex stabilisieren, gebundene Energie durch Titration entladen lassen, Anwendung des horizontalen Prinzips, nur 1 Schleife – 1 Titration')
- SE-Übungen für Erdung, Abgrenzung und Containment, Orientierungs- und Verteidigungsreaktionen Arbeit mit SIBAM: Sensation (Empfindung), Impression (Sinnes-Eindrücke), Behavior (Verhalten), Affect (Affekte und Gefühle), Meaning (Bedeutung)
- Kopplungsdynamiken bei Traumata (Über- und Unterkopplung)
- Arbeit mit Fight, Flight und Freeze (Kampf, Flucht und Immobilität)
- Arbeit mit Ressourcen
- Arbeit mit Symptomen
- SE-Erste Hilfe und Verhinderung von Retraumatisierung

2. Ausbildungsjahr (Intermediate I/II und II/III)

Kurze Wiederholung des Stoffes vom 1. Jahr und Integration des Gelernten;
Präsentation der verschiedenen Kategorien von Traumata und der spezifischen Intervention bei
a) Globaler Hoher Aktivierung (frühe Traumata, Fieber, Ertrinken....),
b) Unvermeidbarer Angriff (generell, Vergewaltigung, Gewalt, Überfälle.....),
c) Körperliche Verletzungen (....Operationen, Anästhesie, Verbrennungen....),
d) High Impact – starker Aufprall (Unfälle, Stürze, Kopfverletzungen. ..),
e) Emotionales Trauma (generell, Verlust, Vernachlässigung, Verlassen werden, Scham, Überlebens-Schuld, Trauer ..),
f) soziales und politisches Trauma, transgenerationale Traumatisierung
g) Naturkatastrophen (Erdbeben, Überschwemmungen, Feuer....),
h) Horror (Folter, ritueller Missbrauch, Konzentrationslager, Krieg....);
i) Unterscheidung zwischen Schock-Trauma und Entwicklungs-Trauma
j) Arbeit mit multiplen Trauma-Vortices

3. Ausbildungsjahr (Advanced I und II)

Wiederholung des Stoffes der ersten beiden Jahre mit weiterer Integration des Gelernten; Neurophysiologie;
Arbeit mit Syndromen (chronische Müdigkeit, Fibromyalgie, Asthma, Migräne. .);
Arbeit mit Kohärenz
SE-Körperarbeit: Theorie und Anwendung in der Praxis (Augen, Diaphragmen, Viscera....)

Je nach Lernprozess der Gruppe kann sich die zeitliche Reihenfolge des Curriculums verändern.
Dadurch kann es sein, dass einzelne Themen vorgezogen oder auch zurückgestellt werden.

Leitung der Fortbildung

Marinka Gattnar

Geb. 1970, verheiratet, zwei erwachsene Töchter, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Dipl. Kunsttherapeutin und Pädagogin, Feldenkraispädagogin, Somatic Experiencing Practitioner.

Seit 20 Jahren Lehrtätigkeit und Kursleitung in den Bereichen: Feldenkrais, Kinderkunstkurse, Selbsterfahrung für Kinder und Jugendliche, kunsttherapeutische und traumatherapeutische Fortbildungen für Pädagog:innen. Seit 15 Jahren in eigener Praxis tätig, mit den Behandlungsschwerpunkten: Traumatherapie für Erwachsene und Kinder, Paarberatung und Supervision. Seit 2003 SE Ausbildung, seit 2007 kontinuierliche Assistenz in SE Trainings und SE Post Advanced Seminaren bei diversen Lehrer:innen (Peter Levine, Diane Poole Heller, Raja Selvam, Steve Hoskinson) in verschiedenen Ländern.

Zum Trainingsteam gehören mehrere Assistent:innen, die die Teilnehmer:innen in den Übungssequenzen und in Kleingruppenarbeit begleiten und für Einzelsitzungen zur Verfügung stehen.

Termine

Da die Teilnahme an einem Einführungskurs (Intro) Bedingung für die Aufnahme in das 3-jährige Training ist, finden vor Beginn der Fortbildung einige Intros mit Anne Janzen, Heike Gattnar, Lilian Troost, Marinka Gattnar und Ursula Funke-Kaiser statt. Diese Kurse ermöglichen ein Kennenlernen der Methode und der Trainerin und vermitteln erste SE-Techniken und – Theorie:

Unsere Intro Termine finden Sie auf www.baptev.de

Weitere Intros anderer Trainer:innen und Organisatoren finden Sie auf der Homepage des Verbandes „Somatic-Experiencing Deutschland e.V.“ unter www.somatic-experiencing.de.

Der Start der Fortbildung ist im Mai 2027. Die Kurse finden an folgenden Terminen statt:

Beginner I/II	**Di 11.05.2027 – So 16.05.2027**
Beginner II/III	**Di 09.11.2027 – So 14.11.2027**
Intermediate I/II	**Di 09.05.2028 – So 14.05.2028**
Intermediate II/III	**Di 14.11.2028 – So 19.11.2028**
Advanced I	**Mai 2029**
Advanced II	**November 2029**

Bezüglich der Trainer:innen und der Termine kann es durch Krankheit und höhere Gewalt zu Veränderungen kommen.

Tagungsort

Hof Pegasus

Die Fortbildung findet im Seminarhaus Hof Pegasus, Außendeich 2, 21732 Krummendeich statt. Dort gibt es für die ersten 24 Anmelder:innen Zimmer zur Einzelnutzung in unterschiedlichen Kategorien und weitere Übernachtungsoptionen (Zelt, eigener Camper, Ferienwohnung im Ort, etc.), die direkt über die Homepage des Tagungshauses für jeden Block selbst gebucht werden müssen. Das Haus bietet rein vegetarische Verpflegung an. Die Kosten im Einzelzimmer von Di-So sind ca. 780€ je nach Kategorie. Alle weiteren Anmelder:innen/Teilnehmer:innen, müssen sich für jeden Block als Tagesgast (Zelt, Camper, Domzelt auf dem Gelände, selbstorganisierte Ferienwohnung) einbuchen im Hof Pegasus. Die Tagespauschale von Di-So beträgt ca. 410€. Eine Abmeldung von der Verpflegung oder von einzelnen Mahlzeiten ist nicht möglich.

Die Buchung erfolgt über folgenden Link: www.hof-pegasus.de

Ausbildungskosten

Die Seminargebühren betragen 1.125€ pro Block - insgesamt 6.750€ (6x1.125€). In diesem Betrag sind keine Kosten für die obligatorische Selbsterfahrung und Supervision enthalten.

Wir bieten folgende Rabatte an:
für Mitglieder unseres Berufsverbandes BAPt e.V. ermäßigen sich die einzelnen Seminare jeweils um 75€ auf jeweils 1.050€

Monatliche Ratenzahlungen sind nach Absprache (kostenfrei) möglich.

Die Anmeldung erfolgt verbindlich für die 6 Blöcke der 3-jährigen Fortbildung. Es besteht die Möglichkeit zum Ende des 1. Ausbildungsjahres und zum Ende des 2. Ausbildungsjahres zu kündigen. Die Möglichkeit der Kündigung besteht bis 3 Monate vor Beginn des neuen Ausbildungsjahres. Die Bearbeitungsgebühr beträgt 100€.

Bei einer Stornierung eines Ausbildungsjahres (auch des ersten) bis spätestens 21 Tage vor Beginn des ersten Tages des ersten Ausbildungsblocks werden 50% der Fortbildungskosten für das betreffende Ausbildungsjahr fällig. Bei einer späteren Stornierung werden die vollständigen Fortbildungskosten für das betreffende Ausbildungsjahr fällig.
Es besteht kein Erstattungsanspruch auf die Kursgebühr versäumter Fortbildungsabschnitte. Bei Abbruch der Fortbildung muss die gesamte vertraglich vereinbarte und noch ausstehende Kursgebühr entrichtet werden, außer es gibt eine:n geeignete:n Nachrücker:in. In diesem Fall wird eine Bearbeitungsgebühr von € 100,- erhoben.

Es besteht die Möglichkeit eine Seminarversicherung abzuschließen z.B. bei der
ERGO, Hanse Merkur, ADAC etc.

Die Kursgebühr wird, wenn nicht anders vereinbart, per Bankeinzug (Einzugsermächtigung) ca. 2 Wochen vor dem jeweiligen Block eingezogen.